Huhn in Mandelsauce
Murg Man Pasand

Herkunft: Indien
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Kilogramm Hähnchenbrustfilets
6 Zwiebel(n)
6 Zehen(n) Knoblauch
4 cm Ingwer
3 Tomate(n)
3 EL Butterschmalz
4 Gewürznelke(n)
4 Stange(n) Zimt
6 Kardamom, grün
1 ½ TL Kreuzkümmel gemahlen
½ TL Koriander gemahlen
1 TL Kurkuma gemahlen
¼ TL Madras Chilipulver
1 Prise Salz
3 EL Mandeln gemahlen
2 Zweig(e) Koriander
1 EL Mandeln gestiftelt

Huhn in Mandelsauce

Huhn in Mandelsauce

Vorbereitung

Die Hühnerbrustfilets abspülen, trocken tupfen und in etwa 2 ½ cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Halbringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken, den Ingwer ebenfalls schälen und mit der Gemüsereibe fein reiben. Die Tomaten waschen, vierteln und vom Stielansatz befreien.

Zubereitung

Ghee in einer Pfanne oder im Topf erhitzen. Die Zwiebeln hinein geben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren etwa 10 Minuten gleichmäßig braun anbraten. Den Knoblauch und Ingwer dazugeben und alles weitere 2 Minuten rösten. Nun die Nelken, Zimtrinde und Kardamom dazugeben und etwa 2 Minuten mitbraten. Die Hühnchenwürfel hinzufügen und unter ständigem Rühren etwa 5 Minuten braten. Kreuzkümmel, Korianderpulver, Kurkuma, Chilipulver und reichlich Salz unterrühren. Die Tomaten, gemahlene Mandeln und 250 ml heißes Wasser nach und nach dazugeben, umrühren und alles zum Kochen bringen. Bei schwacher Hitze noch etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch gut durchgegart und weich ist. Zwischendurch immer

© 2024 coquina.de

wieder umrühren. Zuletzt den Koriander waschen trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Das Gericht unmittelbar vor dem Servieren mit den Korianderblättern und Mandelstiften garnieren. Dazu passt Basmatireis, Naan oder Chapati.